



Leseprobe

Vera Griebert-Schröder,
Franziska Muri

Mein Begleiter durch die Jahreszeiten

Das Inspirationsbuch für die zwölf Monate und die Rauhächte - Steig jederzeit ein!

Bestellen Sie mit einem Klick für 15,00 €



Seiten: 160

Erscheinungstermin: 10. September 2018

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Für mehr Verbundenheit mit sich selbst, anderen und der Natur

Der Rhythmus der Jahreszeiten ist eine natürliche Konstante, die uns auf der Reise zu uns selbst unterstützt. Dieser inspirierende Begleiter lädt ein zum Innehalten, Nachdenken und Reinschreiben. Unabhängig davon, wann man die Reise durch den Jahreskreis inklusive der Rauhächte beginnt, entsteht so ein persönliches Tagebuch. Liebevoll gestaltete Collagen laden zum Meditieren ein und jeden Monat erhält man die Unterstützung einer besonderen Kraftpflanze.



Autor

Vera Griebert-Schröder, Franziska Muri

Vera Griebert-Schröder arbeitet seit über 30 Jahren als Heilpraktikerin, Therapeutin, Beraterin und Autorin. Ihr Wissen über den traditionellen Schamanismus und die humanistische Psychologie fließt in ihrer Arbeit harmonisch zusammen, um sie in unsere westliche Gedanken- und Gefühlswelt zu bringen. Mit ihrer Arbeit möchte sie einen Beitrag für ein erweitertes Bewusstsein leisten, für eine neue Kultur des lebendigen Miteinanders und der Verbundenheit mit einem größeren Ganzen. Dafür bietet sie Orte der Begegnung, Seminare und Trainings – auch online – an.

Franziska Muri ist Kultur- und Geisteswissenschaftlerin und seit vielen Jahren als

klaren, höheren Ordnung. Dieses Gefühl der Stimmigkeit fehlt uns heute oft. Dieses: »Ja, es ist richtig und gut, was ich erlebe. Auch wenn ich vielleicht nicht alles verstehe, es folgt einem gesunden Fluss und einem Sinn.« Ein solches Gefühl gibt sehr viel Kraft. Es lässt uns mit Freude unseren Alltag gestalten und auch Schwieriges durchstehen. Das Auf und Ab des Lebensweges ist kein so großes Problem mehr für uns, weil wir wissen, dass Lebenswege nun einmal nicht schnurgerade und stetig in der Sonne verlaufen. Wo aber finden wir eine solche Stimmigkeit? In den immer gleichen Abläufen in der Natur, die auch unserer menschlichen Natur entspricht.

Ein ewiger Rhythmus, der trägt

Das Jahr folgt einem Rhythmus, der sich stets wiederholt. Es ist ein Zyklus von vier Phasen, den Jahreszeiten, auf die wir uns verlassen können. Auch wenn sie ein wenig schwanken, immer ist es im Frühling heller als im Winter und erst im Herbst nimmt das Dunkel wieder spürbar zu. Und auch die Temperaturen verraten uns die Jahreszeit, der Stand der Sonne, die Vegetation. Wir erleben heute eine Menge großer Umwälzungen auf der Erde, die auch das Klima betreffen. Wir können nicht wissen, was uns da alles noch erwartet. Doch die Jahreszeiten sind in unseren Breiten eine Konstante. Sie sind etwas, das uns auch in bewegten Zeiten Halt und Orientierung geben kann. Sie folgen in ihrem Lauf einem ganz natürlichen Fluss der Energien, der auch uns eingeschrieben ist und der uns viel Stärke gibt, wenn wir ihm wieder bewusster folgen. Und so wollen wir uns zwölf Monate lang auf die Spur dieses Zyklus und seiner tieferen Geheimnisse begeben und dabei unsere eigenen Energien ausbalancieren.

Manches, was du in diesem Buch finden wirst, kennst du sicherlich schon. Wir berufen uns auf uraltes Wissen, das uns allen heute – zum Glück – zugänglich ist. Und wir bringen viele neue spielerische Ideen und Rituale ein, bewusst durch das Jahr zu gehen und sich mit ihm zu wandeln. Sie können dich immer wieder für die Dinge aufwecken, die dir wichtig, ja vielleicht sogar heilig sind. Für die Dinge, die dir am Herzen liegen, die dir Kraft geben, Zuversicht und Freude.

